

# Souhrn platformy PP při OPK ÚV ČR pro MŠMT ČR

## Zpětná adaptace žáků ve školách

Přerušení školní docházky je pro mnoho dětí velmi náročné. Je proto důležité myslet na to, že také návrat do škol po několikaměsíční izolaci a nedostatku (v některých případech až absenci) vrstevnických vztahů může být velmi náročný. Považujeme za velmi klíčové tuto fázi nepodcenit a věnovat v prvních týdnech a měsících pozornost nejen dohnání učiva, ale zejména znovuoobnovení bezpečného klimatu třídy a dynamice vrstevnických vztahů.

Pro vytvoření bezpečného třídního klimatu je zásadní role pedagogů. Je proto důležité, aby i pedagogové měli v této situaci možnost využít metodickou podporu a pomoc.

Tuto podporu nabízí např.:

- Manuál [Až se sejdeme ve škole](#) - obsahuje teoretické i praktické informace a nabízí podporu pedagogům při reakcích na možné rozpoložení dětí a při jejich návratu. Manuál mimo jiné obsahuje také návrhy konkrétních aktivit pro jednotlivé věkové skupiny a plně tak respektuje jejich specifika.
- [Metodická podpora pro učitele k návratu dětí do škol po nouzovém stavu v ČR](#) - je stručným pomocným materiálem, který může pedagogické pracovníky provést prvními kroky kontaktu se třídou. Dokument stručně popisuje, co děti v období krize a izolace zažívaly a jaký vliv to může mít na školní prostředí.
- [Metodická podpora při znovuootevření škol](#) – zahrnuje konkrétní aktivity, které mohou pedagogové realizovat. Materiál mimo jiné zahrnuje i obecné zásady psychohygieny pro učitele.
- [Metodické doporučení pro pedagogy při návratu dětí do škol](#) – kromě stručného doporučení pro pedagogy zahrnuje materiál i popis a možné řešení několika krizových situací, ke kterým může ve třídách dojít.
- [Dítě v krizové situaci během distanční výuky](#) – informační leták, který shrnuje osvědčené postupy, konkrétní věty i kontakty, které mohou pedagogové využít při projevech krizové situace u žáka.
- [Třídní hodina on-line](#) – materiál obsahuje stručný návod, jak udělat třídnickou hodinu v on-line prostoru.
- Článek [Jak podpořit žáky při návratu do školy po COVID-19 - tipy pro učitele](#), který doplňuje stručná infografika [7 věcí, které by se mohly učitelům hodit](#).
- [Tipy pro učitele na redukci stresu ve školním prostředí](#)
- [Důležitost primární prevence po znovuootevření škol - OSPRCH](#)

V souvislosti s metodickou podporou pedagogů je důležité připomenout výsledky studie [Zhodnocení stavu a potřeb v oblasti školské prevence rizikového chování během druhé vlny epidemie covid-19](#), které poukázaly na nedostatek snadno použitelných materiálů zaměřených na psychohygienu pedagogů, bylo proto dobré se na tuto oblast více zaměřit.

Specifickou cílovou skupinou zpětné adaptace, na kterou by se nemělo zapomenout, jsou žáci středních zdravotních škol, kterým byla uložena pracovní povinnost ve zdravotnických službách. Této cílové skupině se plánuje věnovat organizace Nevypust' Duši, z.s., která již v této věci oslovila supervizory z celé ČR.

V některých případech může být práce s třídním kolektivem po návratu do škol velmi náročná. Je proto důležité vědět, že se škola může obrátit na metodiky prevence v pedagogicko-psychologických poradnách a realizátory dlouhodobých programů primární prevence, kteří

v současné době kromě jiného nabízejí i preventivní bloky zaměřené na zpětnou adaptaci do škol. Role programů primární prevence je v oblasti PPRCH v ČR nezastupitelná, a to zejména ve snižování negativních dopadů aktuální situace i po znovuoobnovení školní docházky. Řada poskytovatelů programů PP nabízí i on-line intervizní setkání, v rámci kterých mohou pedagogové sdílet své zkušenosti.

Vzhledem k tomu, že stále není jasné, kdy se žáci vrátí do škol, vnímáme jako smysluplné a důležité, aby se na tuto fázi začali školy a pedagogové připravovat již nyní v on-line prostředí, ve kterém fungují i programy primární prevence. Pedagogové mohou téma návratu do škol otevřít například na třídnických hodinách a začít se tak společně s žáky na tuto fázi připravovat.

## Podpora rodičů

Aktuální situace spojená s distanční výukou je náročná nejen pro děti a pedagogy, ale i pro rodiče, kteří mají, zejména v této době, důležitou roli v oblasti prevence rizikového chování u svých dětí. Rodiče však často nemají dostatek informací jak rizikové chování rozpoznat či jak se poté zachovat. Tuto situaci potvrzují i výsledky již výše zmíněné studie [Zhodnocení stavu a potřeb v oblasti školské prevence rizikového chování během druhé vlny epidemie covid-19](#), které zmiňují, že více než polovina školních metodiků prevence uvedla spíše nedostatek materiálů pro rodiče týkajících se rizikového chování.

Bylo by proto dobré se zaměřit na přípravu jasných a jednoduchých podpůrných materiálů, které by se dotýkaly těchto témat:

- Nelátkové závislosti a s tím spojená nomofobie a závislosti na IT technologiích
- Kyberšikana
- Kyberbezpečnost a s tím spojená netiketa
- Psychohygiena, selfcare, sebepodpora, zvládání stresu a úzkostí a s tím spojená dostupná psychosociální pomoc
- Zvládání náhlých změn (jak pomoci dětem se lépe adaptovat na změny)
- Sexuální výchova a s tím spojené mýty, tabu, vztah k vlastnímu tělu a vztahovost
- Základy respektující komunikace
- Podpora žáků v sociálním kontaktu (možném pro tuto dobu) s vrstevníky
- Podpora a nápady na trávení volného času
- Rozvoj rodičovských dovedností a s tím spojené sdílení zkušeností, radostí a starostí
- Reálná očekávání od dětí a od sebe samotných
- Rozvoj dětského potenciálu (bezpodmínečné přijetí dítěte, důraz na jeho silné stránky, oceňování)

Poskytovatelé programů PP pro rodiče připravili například:

- [Tipy pro rodiče a učitele co vyzkoušet s dětmi, když jim není dobře](#) – seznam 30 tipů, co mohou zkusit doporučit dítěti, které se necítí dobře
- [10 tipů pro rodiče do náročného období](#)
- [Co dělat doma...](#) - tipy na volnočasové aktivity
- Online seriál [Prevence z obýváku](#)
- [Jak s dětmi mluvit o koronaviru](#)
- [Pracovní listy](#) zaměřené na rozvoj psychosociálních kompetencí
- [Jak mluvit s dětmi o kyberšikaně](#) – postupně budou vytvořeny i další podpůrné materiály *Jak s dětmi mluvit o...*, které budou volně dostupné [zde](#)
- [Lasagne](#) - pracovní list zaměřený na možnosti aktivit v této omezené době, instrukce k vyplnění [zde](#)